

**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR PUKULAN *FOREHAND*
PUSH DALAM TENIS MEJA MELALUI PENERAPAN MEDIA
PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS VI A SD NEGERI DUKUHAN
KERTEN SURAKARTA TAHUN AJARAN 2017/2018**



SKRIPSI

**Oleh:
DWI ZAINI AZIZ**

K4613048

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
November 2017**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah

Nama : Dwi Zaini Aziz
NIM : K4613048
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR PUKULAN *FOREHAND PUSH* DALAM TENIS MEJA MELALUI PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS VI A SD NEGERI DUKUHAN KERTEN SURAKARTA TAHUN AJARAN 2017/2018”** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, September 2017

Yang membuat pernyataan



Dwi Zaini Aziz

**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR PUKULAN *FOREHAND*
PUSH DALAM TENIS MEJA MELALUI PENERAPAN MEDIA
PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS VI A SD NEGERI DUKUHAN
KERTEN SURAKARTA TAHUN AJARAN 2017/2018**

**Oleh:
DWI ZAINI AZIZ**

K4613048

Skripsi

**Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan
Rekreasi**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
November 2017**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Dwi Zaini Aziz

NIM : K4613048

Judul Skripsi : **UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR PUKULAN
FOREHAND PUSH DALAM TENIS MEJA MELALUI
PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN PADA SISWA
KELAS VI A SD NEGERI DUKUHAN KERTEN
SURAKARTA TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Surakarta, September 2016

Pembimbing I



Drs. Budhi Satyawati, M.Pd

NIP. 19650909 199403 1 003

Pembimbing II



Singgih Hendarto, S.Pd., M.Pd

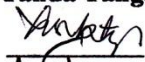
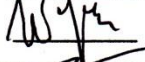


NIP. 19720414 200604 1 001

PENGESAHAN

Nama : Dwi Zaini Aziz
NIM : K4613048
Judul Skripsi : Upaya Peningkatan Hasl Belajar Pukulan *Forehad Push*
Dalam Tenis Meja Melalui Penerapan Media
Pembelajaran Pada Siswa Kelas VI A SD Negeri
Dukuhan Kerten Surakarta Tahun Ajaran 2017/2018.

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta pada hari
Selasa, tanggal 7 November 2017 dengan hasil..... *Lulus revisi 2 bulan*
Skripsi telah direvisi dan mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua	: Dr. Hanik Liskustyawati, M.Kes		<i>29/11/2017</i>
Sekretaris	: Waluyo, S.Pd., M.Or		<i>24-11-2017</i>
Anggota I	: Drs. Budhi Satyawati, M.Pd		<i>17-11-2017</i>
Anggota II	: Singgih Hendaro, S.Pd., M.Pd		<i>21-11-2017</i>

Skripsi telah disahkan oleh Kepala Program Studi Pendidikan Jasmani
Kesehatan dan Rekreasi pada:

Hari : *Kamis*
Tanggal : *30 November 2017*


Mengesahkan,

Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret



Prof. Dr. Joko Nurkamto, M.Pd.
NIP. 19610124 198702 1 001

Kepala Program Studi
Penjaskesrek


Drs. Sunardi, M.Kes
NIP. 19581121 199003 1 004

ABSTRAK

Dwi Zaini Aziz. K4613048. **UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR PUKULAN *FOREHAND PUSH* DALAM TENIS MEJA MELALUI PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS VI A SD NEGERI DUKUHAN KERTEN SURAKARTA TAHUN AJARAN 2017/2018**. Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar pukulan *forehand push* dalam tenis meja melalui media pembelajaran pada siswa kelas VI A SD Negeri Dukuhan Kerten Surakarta ajaran 2016/2017.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, setiap siklus terdiri dari dua pertemuan. Subjek dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah siswa kelas VI A SD Negeri Dukuhan Kerten Surakarta yang berjumlah 30 siswa terdiri dari 17 siswa putra dan 13 siswa putri. Sumber data dalam Penelitian ini berasal dari siswa, peneliti dan guru yang bertindak sebagai kolaborator. Teknik pengumpulan data menggunakan tes dan observasi. Validitas data menggunakan teknik triangulasi data. Analisis data menggunakan teknik deskriptif kualitatif yang didasarkan pada analisis kualitatif persentase.

Hasil penelitian pada prasiklus hanya 9 siswa yang tuntas (30%) dan 21 siswa tidak tuntas (70%). Pada siklus I diperoleh hasil belajar pukulan *forehand push* siswa yang telah tuntas sebanyak 17 siswa (56,67%) dan 13 siswa tidak tuntas (43,3%). Dengan perolehan afektif (66,67%), psikomotor (43,33%) dan kognitif (70%). Pada siklus II diperoleh hasil belajar siswa yang telah tuntas sebanyak 25 siswa (83,33%) dan 5 siswa tidak tuntas (16,67%). Dengan perolehan afektif (83,33%), psikomotor (80%) dan kognitif (76,67%) Berdasarkan hasil analisis dari siklus I dan siklus II menunjukkan terjadinya peningkatan yang sesuai target pencapaian.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa: Penggunaan penerapan media pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar pukulan *forehand push* dalam tenis meja pada siswa kelas VI A SD Negeri Dukuhan Kerten Surakarta tahun ajaran 2017/2018.

Kata Kunci: Hasil Belajar, Pukulan Forehand Push Dalam Tenis Meja, Penerapan Media Pembelajaran

ABSTRACT

Dwi Zaini Aziz. K4613048. EFFORTS TO IMPROVE LEARNING OUTCOMES FOREHAND PUSH IN TABLE TENNIS THROUGH THE APPLICATION OF INSTRUTIONAL MEDIA IN GRADE VI A SD COUNTRY DUKUHAN KERTEN SURAKARTA IN THE SCHOOL YEAR 2017/2018. Thesis, Faculty of Teacher Training and Education. University of March Surakarta. September 2017.

The purpose of this study is to improve the learning outcomes of basic motion of forehand push in table tennis through learning media in grade VI SD Country Dukuhan Kerten Surakarta in the school year 2017/2018.

This research is a Classroom Action Research (CAR). This study was conducted in two cycles, consisting of four stages in each cycle consisting of planning, action implementation, observation and reflection. Subjects in Action Research This class is the grade VI A SD Country Dukuhan Kerten Surakarta, amounting to 30 students consisting of 17 students and 13 female students. Sources of data in this study come from students, researchers and teachers who act as collaborators. Techniques of collecting data using tests and observations. Data validity using data triangulation technique. Data analysis using qualitative descriptive technique based on qualitative analysis percentage.

Result of research on prasiklus only 9 complete student (30%) and 21 students unfinished (70%). In the first cycle obtained the results of student learning that has been completed as many as 17 students (56,67%) and 13 students are not complete (43,3%). With the acquisition of affective averages (66,67%), psychomotor (43,33%) and cognitive (70%). In the second cycle obtained the results of student learning that has been completed as many as 25 students (83,33%) and 5 students is not complete (16,67%). With the acquisition of affective averages (83,33%), psychomotor (80%) and cognitive (76,67%) Based on the analysis results from cycle I and cycle II showed a significant increase and target achievement.

Based on the results of the research obtained the conclusion that: The use of instructional media application can improve the basic motion result of forehand push in table tennis in grade VI A SD Country Dukuhan Kerten Surakarta academic year 2017/2018.

Keywords: Learning Outcomes, Forehand Push In Table Tennis, Application of Instructional Media

MOTTO

**Ridha Allah bergantung pada keridhaan orang tua, dan murka Allah
bergantung pada kemurkaan orang tua.**

(HR. Bukhari)

**Hidup harus menerima, penerimaan yang indah. Hidup harus mengerti,
pengertian yang benar. Hidup harus memahami, pemahaman yang tulus.**

(Tere Liye, Penulis Buku)

Kedisiplinan sangat diperlukan untuk menjadi seorang juara.

(Taufik Hidayat)

**Jika ingin tenang jangan membuat ekspektasi lebih terhadap orang lain.
Hidup bukan tentang apa yang kita inginkan, tetapi tentang apa yang kita
jalani.**

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan taufiq dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Kupersembahkan skripsi ini kepada:

- ❖ Ayahku tercinta (Muhjamil) dan ibuku tercinta (Tris Meiniwati), yang telah memberikan dukungan, motivasi, kepercayaan, nasehat, dan doa.**
- ❖ Guru Penjaskesrek, Kakakku tersayang (Eka Laela), dan adikku tersayang (Khafid Tri Kusumo) yang telah memberikan semangat, motivasi, dan doa.**
- ❖ Almamaterku (Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta).**

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR PUKULAN *FOREHAND PUSH* DALAM TENIS MEJA MELALUI PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS VI A SD NEGERI DUKUHAN KERTEN SURAKARTA TAHUN AJARAN 2017/2018”**.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Kepala Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Drs. Budi Satyawati, M.Pd. Selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Singgih Hendarto, S.Pd., M.Pd. Selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Tri Winarti Rahayu, S.Pd., M.Or. Selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan-arahan dan nasehat dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepala SD Negeri Dukuh Kerten Surakarta yang telah memberi kesempatan dan tempat guna pengambilan data dalam penelitian.
7. Guru PJOK kelas VI A SD Negeri Dukuh Kerten Surakarta yang telah membantu dengan sepenuh hati dalam pelaksanaan penelitian ini.
8. Ayah, Ibu, Kakak, dan keluarga besar penulis yang selalu memberikan dukungan baik mental, spiritual dan finansial untuk kelancaran studi penulis.

9. Peserta didik kelas VI A SD Negeri Dukuhan Kerten Surakata yang telah bersedia untuk membantu melancarkan pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas.
10. Sahabat Penjas angkatan 2013 yang penulis sayangi dan banggakan, terima kasih banyak atas pengalaman-pengalaman yang dilalui selama ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu kelancaran penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena sebuah keterbatasan. Meskipun demikian, diharapkan semoga Skripsi ini bermanfaat bagi pembaca khususnya dan pengembangan ilmu pada umumnya.

Surakarta, September 2016

Penulis

Dwi Zaini Aziz

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PENGAJUAN SKRIPSI	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kajian Teori	
1. Tenis Meja.....	5
a. Pengertian Tenis Meja.....	5
b. Sarana dan Alat	6
c. Teknik Dasar Permainan Tenis Meja.....	7
2. Pengertian Belajar	12
a. Ciri-ciri Belajar	13
b. Prinsip-prinsip Belajar	14

	Halaman
c. Komponen Belajar Mengajar	16
d. Hasil Belajar	19
3. Media Pembelajaran	21
a. Pengertian Media Pembelajaran	21
b. Fungsi Media Pembelajaran	21
c. Pertimbangan Pemilihan Media Pembelajaran	22
4. Alat Bantu Pembelajaran	23
a. Pengertian Alat Bantu Pembelajaran	23
b. Syarat Alat Bantu Pembelajaran yang Baik	23
c. Berbagai Jenis dan Fungsi Alat Bantu Pembelajaran	24
5. Pembelajaran Pukulan <i>Forehand Push</i> dalam Tenis Meja Dengan Alat Bantu Pembelajaran	25
B. Kerangka Berfikir	27

BAB III METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian	30
1. Tempat Penelitian	30
2. Waktu Penelitian	30
B. Subjek Penelitian	31
C. Sumber Data	31
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	31
E. Teknik Analisis Data	32
F. Analisa Data	32
G. Prosedur Penelitian	33
H. Proses Penelitian	35

BAB IV HASIL TINDAKAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Pra Tindakan	37
B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus	39
1. Siklus 1 Pertemuan 1	39

	Halaman
a. Perencanaan Tindakan	39
b. Pelaksanaan Tindakan	40
c. Observasi Tindakan	41
2. Siklus 1 Pertemuan 2	43
a. Perencanaan Tindakan	43
b. Pelaksanaan Tindakan	43
c. Observasi Tindakan	44
d. Refleksi Tindakan	45
3. Siklus 2 Pertemuan 1	47
a. Perencanaan Tindakan	47
b. Pelaksanaan Tindakan	47
c. Observasi	49
4. Siklus 2 Pertemuan 2	50
a. Perencanaan Tindakan	50
b. Pelaksanaan Tindakan	50
c. Observasi Tindakan	52
d. Refleksi Tindakan	53
C. Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus	55
D. Pembahasan	55
 BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Simpulan	58
B. Implikasi	58
C. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	60
Lampiran	61

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Shakehand Grip	7
Gambar 2.2. Penhold Grip	8
Gambar 2.3. Seemilar Grip	8
Gambar 2.4. Sikap Dasar Siaga.....	9
Gambar 2.5. Alat Bantu Pembelajaran Tiang Kayu dan Tali Rafia.....	24
Gambar 2.6. Alat Bantu Pembelajaran Dinding dan Lakban.....	25
Gambar 2.7. Alat Bantu Pembelajaran Bola Banyak.....	25
Gambar 2.8. Pukul Bola Tennis Meja Digantung	26
Gambar 2.9. Memantulkan Bola Kedinding	26
Gambar 2.10. Bermain Menggunakan Bola Banyak	27
Gambar 2.11. Alur Kerangka Berfikir	29
Gambar 3.1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas (PTK).....	34
Gambar 4.1 Diagram Data Awal Hasil Belajar Pukulan <i>Forehand</i> <i>Push</i> Dalam Tennis Meja	39
Gambar 4.2 Diagram Data Siklus 1 Hasil Belajar Pukulan <i>Forehand</i> <i>Push</i> Dalam Tennis Meja	46
Gambar 4.3 Diagram Data Siklus 2 Hasil Belajar Pukulan <i>Forehand</i> <i>Push</i> Dalam Tennis Meja	54
Gambar 4.4 Diagram Perkembangan Hasil Belajar Siswa	57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Rincian Waktu Kegiatan dan Jenis Kegiatan Peneliti.....	30
Tabel 3.2. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	31
Tabel 3.3. Presentase Target Capaian	36
Tabel 4.1. Deskripsi Data Awal Hasil Belajar Pukulan <i>Forehand</i> <i>Push</i> Dalam Tenis Meja	38
Tabel 4.2. Deskripsi Data Siklus 1 Hasil Belajar Pukulan <i>Forehand</i> <i>Push</i> Dalam Tenis Meja	46
Tabel 4.3. Deskripsi Data siklus 2 Hasil Belajar Pukulan <i>Forehand</i> <i>Push</i> Dalam Tenis Meja	54
Tabel 4.4. Hasil Perbandingan Prosentase dan Jumlah Ketuntasan Siswa Data Awal, Siklus 1, dan Siklus 2 Pukulan <i>Forehand</i> <i>Push</i> Dalam Tenis Meja	56

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Silabus	61
Lampiran 2. RPP Siklus 1.....	62
Lampiran 3. RPP Siklus 2	74
Lampiran 4. Daftar Nama dan Presensi	86
Lampiran 5. Data Pra Siklus Siswa.....	87
Lampiran 6. Nilai Afektif Siklus 1.....	90
Lampiran 7. Nilai Psikomotor Siklus 1.....	94
Lampiran 8. Nilai Kognitif Siklus 1.....	95
Lampiran 9. Hasil Belajar Siklus 1	96
Lampiran 10. Nilai Afektif Siklus 2.....	99
Lampiran 11. Nilai Psikomotor Siklus 2.....	103
Lampiran 12. Nilai Kognitif Siklus 2.....	104
Lampiran 13. Hasil Belajar Siklus 2	105
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	106
Lampiran 15. Pengajuan Judul.....	110
Lampiran 16. Validasi Proposal.....	111
Lampiran 17. Permohonan Izin Penelitian ke Rektor	112
Lampiran 18. Permohonan Izin Penelitian ke Sekolah	113
Lampiran 19. Permohonan izin Menyusun Skripsi.....	114
Lampiran 20. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah	115